



UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
INSTITUTO DE POSTGRADO



DIPLOMA SUPERIOR EN EDUCACIÓN INICIAL

GUÍA DE NUTRICIÓN SALUDABLE PARA EL
DESARROLLO INTELECTUAL DE NIÑOS Y NIÑAS DE 3 A 5
AÑOS DE LOS CENTROS DE DESARROLLO INFANTIL DE LA
PARROQUIA SAN FRANCISCO DE LA CIUDAD DE IBARRA

(Trabajo de Investigación previo a la obtención del título de: Diploma Superior en
educación Inicial

Autora: Dendy Landázuri Mendoza

IBARRA - 2011

GUÍA DE NUTRICIÓN SALUDABLE PARA EL
DESARROLLO INTELECTUAL DE NIÑOS Y NIÑAS DE 3 A 5
AÑOS DE LOS CENTROS DE DESARROLLO INFANTIL DE LA
PARROQUIA SAN FRANCISCO DE LA CIUDAD DE IBARRA

Por. Dendy Guadalupe Landázuri Mendoza

Trabajo de Investigación previo a la obtención del título de: Diploma Superior en
educación Inicial aprobado en nombre de la Universidad Técnica del Norte, por el
siguiente Jurado, a los 4 días del mes de Octubre del 2011

Dr. Oscar Benavides
CC.

Dr. Carlos Jaramillo
CC.

Dr. Ramiro Núñez
CC.

DEDICATORIA

A mi dulce Jesús, quien me dio la fe, la fortaleza, la salud y la esperanza para terminar este trabajo.

A mis padres, porque creyeron en mí y porque me sacaron adelante, dándome ejemplos dignos de superación y entrega, porque en gran parte gracias a ustedes, hoy puedo ver alcanzada mi meta, ya que siempre estuvieron impulsándome en los momentos más difíciles de mi carrera, y porque el orgullo que sienten por mí, fue lo que me hizo ir hasta el final. Va por ustedes, por lo que valen, porque admiro su fortaleza y por lo que han hecho de mí

A mis adorados Hijos quienes me prestaron el tiempo que les pertenecía y me motivaron siempre para culminar mi realización personal, a mi hermana querida apoyo incondicional en todo momento de mi vida, gracias a todos.

Dendy Landázuri Mendoza

INDICE GENERAL

CONTENIDOS	PAG.
Carátula	I
Aprobación del Jurado Examinador	II
Dedicatoria	III
Índice General	IV
Resumen	
Summary	
 CAPÍTULO I EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	 1
Contextualización	4
Formulación del problema	4
Objetivos	5
Justificación	5
 CAPÍTULO II MARCO TEORÍCO	 6
El desarrollo de la inteligencia en la primera infancia	6
Teoría psicogenética de Piaget sobre el desarrollo intelectual	8
Estimulación del desarrollo intelectual en la educación infantil	9
La nutrición y la alimentación en las primeras edades	9
Importancia de la alimentación variada y balanceada	11
Test de Denver	14
Desnutrición y Desarrollo cognoscitivo del niño	14
Nutrición y rendimiento escolar	15
Nutrición en las etapas tempranas de la niñez	16
La nutrición y los logros importantes en el desarrollo	17
Formación de hábitos saludables de la alimentación	17
Desarrollo del niño	18
El contexto de la sicología cognitiva	18
Procesos de aprendizaje y desarrollo en Vigotsky	21
Consideraciones finales	23
 CAPÍTULO III DISEÑO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN	 25
Tipo de investigación	25

Diseño de investigación	26
Métodos	27
Descripción y antecedentes de la institución.....	27
Población.....	28
Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	29
Validez y confiabilidad de los instrumentos	29
Técnicas de procesamiento y análisis de resultados	29
Criterios para la presentación de resultados	30
Criterios para la elaboración de la propuesta	30
Contenidos de la propuesta.....	30
 CAPÍTULO IVANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	 31
Análisis de datos	31
Conclusiones.....	49
Recomendaciones.....	50
 CAPÍTULO VPROPUESTA.....	 54
Tema	54
Contextualización	54
Justificación.....	57
Objetivos	59
Principales impactos	59
Cómo utilizar la guía.....	61
Estructura de la guía sobre nutrición saludable.....	61
Aplicación de la guía	62
Unidad I.....	62
Recomendaciones Alimentarias	62
Objetivo	62
Actividades	62
La variedad en la alimentación.....	63
Actividad práctica.....	66
Unidad II.....	69
Necesidades Nutricionales	69
Objetivo	70

Actividades	70
Actividad Práctica.....	72
Unidad III	74
Distribución de los alimentos en las diferentes comidas del día.....	74
Objetivo	74
Actividades	74
Actividad Práctica.....	78
Alimentos que se pueden llevar para una lonchera nutritiva.....	79
Recomendaciones generales para una dieta adecuada en los niños.....	80
 Unidad IV.....	 82
Manejo higiénico de los alimentos.....	82
Objetivo	82
Actividades	82
Actividad Práctica.....	92
Tablas antropométricas Peso/Edad Talla/Edad.....	94
 Plan de implementación de la Guía.....	 98
Evaluación.....	102
Presupuesto	103
Bibliografía	104
Referencias Bibliográficas	104
Anexos	106
Test de Denver.....	106
Cuestionario de nutrición básica	108

GUÍA DE NUTRICIÓN SALUDABLE PARA EL DESARROLLO INTELECTUAL
DE NIÑOS Y NIÑAS DE 3 A 5 AÑOS DE LOS CENTROS DE DESARROLLO
INFANTIL DE LA PARROQUIA SAN FRANCISCO DE LA CIUDAD DE
IBARRA

Autora: Dendy Landázuri Mendoza
Año: Octubre 2011

RESUMEN

La formación pedagógica en los/las docentes es un problema desde el punto de vista de los nuevos retos que le impone la sociedad por lo que su capacitación estará orientada por las necesidades, especialmente del sector de los niños y niñas, en función de estimularlos tempranamente en el desarrollo de las facultades intelectuales. El contexto de investigación son los niños y niñas de 3 a 5 años de los Centros de Desarrollo Infantil de la parroquia San Francisco de la ciudad de Ibarra. Para desarrollar la investigación se utilizaron las herramientas: cuestionario de nutrición básica del Centro de Diagnóstico Nutricional de Pichincha y el test de Denver. Se pretende buscar relaciones entre la nutrición y el desarrollo intelectual de los niños y niñas. La investigación de tipo descriptiva comprende el registro, análisis e interpretación de naturaleza actual y composición o procesos de los fenómenos, y relato de las características del problema y del grupo de niños afectados, así como las causas que originan la falta de nutrición en los niños y niñas.

HEALTHY NUTRITION GUIDE FOR THE INTELLECTUAL DEVELOPMENT OF
CHILDREN FROM 3 TO 5 YEARS FOR CHILD DEVELOPMENT CENTER
SANFRANCISCO CHURCH OF THE CITY OF IBARRA

Author: Dendy Guadalupe Landazuri Mendoza

Year: October 2011

SUMMARY

Teacher education in / of teachers is a problem from the standpoint of the new challenges imposed by the society so that their training will be guided by the needs, especially in the sector of children, according to early stimulation in the development of intellectual faculties. The contexts of research are children 3 to 5 years of Child Care Centers in the parish of San Francisco Ibarra. To develop research tools were used: a questionnaire of basic nutrition Nutritional Diagnostic Center of Pichincha and the Denver test. The aim is to find relationships between nutrition and intellectual development of children. Descriptive research involves the recording, analysis and interpretation of current nature and composition of the phenomena or processes, and account of the nature of the problem and the group of affected children, as well as the causes of lack of nutrition in children and girls.

DESCRIPTORS: Strategies nutrition strategy guide; intellectual development.